পোকপা, লুহোংবা, কোরৌ নোঙ্গাবগী মতাংদা নুমীৎ ১৫নি চথরকপা ৱার্কশোপ লোইশিনখ্রে, সর্টিফিকেটশিং য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস) :
মীতৈশিংগী খুন্নাই পূন্সিরোলগা শাগোন্নরক্লবা চৎনবী পোকপা, পূন্সি-লৈপুন, কোরৌ নোঙ্গাবা হায়রিবা থৌরমশিং অসিগী মতাংদা নুমীৎ ১০নি চুপ্না লাইনিংথৌ সনামহী টেম্পল বোর্দনা শীন্দুনা চথরকপা ৱার্কশোপ ঙসি হয়িং খোংবাল উফোং যুম্ফমদা লৈবা লাইনিংথৌ সনামহীগী শঙলেন্দা লোইশিনবগী থৌরম পাঙথোকখ্রে। ৱার্কশোপ অদুদা শরুক য়াখিবশিংদসু সর্টিফিকেট য়েন্থোকখ্রে।

ৱার্কশোপ লোইশিনবগী থৌরম অদুদা অথোইবা মীথুংলেন ওইখিবা মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ওফ কলচরগী ভাইস চাঞ্চেল্লর প্রোফেসর পাউনম গুনিন্দ্রোনা হায়খিবদা, কুমজা ২০২০দগী এদ্যুকেসন সিষ্টেমদা অহোংবা লাক্তুনা লমদম-লমদমগী পারমচৎ-পুরমচৎকী লমদা মীৎয়েং চঙবা হৌরকখি। মীতৈশিংগীদি পোকপা, লুহোংবা অমসুং কোরৌ নোঙ্গাবা হায়বসি পূন্সিরোলগা শাগোন্নবা মরুওইবা থৌরম ঙাক্তনি। ফূরুপ-কাঙলুপ খূদিংমক্কী নাৎকা মরী লৈনবা লাইনিং-লাইশোল লৈনৈ। মদুগী মনুংদা পোকপা, লুহোংবা অমসুং নোঙ্গাবা হায়রিবশিং অসিগী তোঙানবা থৌরমশিং লৈনরিবা ঙাক্তনি। মীতৈ ঐখোয়গীসু মসিগী ৱাঙুলোল অসি অৱাংবা থাক অমদা লৈরি হায়খি।

অখন্নবা মীথুং ওইখিবা মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী রেজিষ্ট্রার প্রোফেসর ৱাহেংবম চান্দবাবুনা হায়খিবদা, অসিগুম্বা মখলগী ৱার্কশোপ অমসুং দেমোন্সত্রেসন অসি সনামহী টেম্পল বোর্দকী চহীগী ওইবা কেলেন্দরদা হাপ্তুনা কুমজা খূদিংগী পাঙথোকপা চুমগনি।

ৱার্কশোপ অদুদা শরুক য়াখিবা জিরিবাম দিষ্ট্রিক্টতগী শৌগাইজম ইবোতোননা ফোঙদোকখিবদা, সনামহিজম লাইনিংগী ওইবা পোকপা, লুহোংবা, কোরৌ নোঙ্গাবগী ৱার্কশোপ অসি ঙসিগী মণিপুরী মীতৈ খুন্নাইদা য়াম্না মরুওইবা ৱার্কশোপ অমনি হায়দুনা শরুক য়াজবা লাকখিবনি। সনামহী নীংজ রিবা মালেমসিদা লৈরিবা মীওই অমা ওইনা থৌরমশিং অসিবু পামজবগী ৱাখল্লোন লৈজে। জিরিবামদসু মীতৈ য়ুন্নাক ৫৫০ লাইনিং অসিদা মিং চনখ্রে। মখা তানা হৌরক্লিবা মীতৈশিংনা মিং চনবা হৌরক্লি। অসুম্না হৌরক্লিবা মীতৈ ফূরুপ অসিনা লাইনিং অসি পাম্নবা হেনগৎলকপনা মরম ওইরগা ঙসিদি সনামহী লাইনিং অসি মীরাইবা য়াদবা লাইনিং অমা ওইরক্লে। লাইনিং অসিগা মরী লৈনবা থৌরম থৌদাশিং অখণ্ড-অহৈশিংগী মফমদগী খঙজিলহৌবা কান্নগনি খনবদগী থৌরমসি য়াওবা লাকখিবনি। থৌরমসিদা য়াওনিংবা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী সনামহী লাইনিং চৎপা কয়া অমা লৈখাগী লম্বীদা লাকপা খুদোংচাদবনা হেলিকোপ্টরদা লাকপগী চাদিং য়াম্না ৱাংবদগী লাকপা ঙম্মখিদবা কয়া অমা লৈহৌরি হায়না পাউদমখি।

থৌরম মপু ওইখিবা সনামহী টেম্পল বোর্দকী ভাইস প্রসিদেন্ট বিদ্যাপতি সেঞ্জম এলিয়স ৱাখল লমজিংবনা ফোঙদোকখিবদা, সনামহী টেম্পল বোর্দনা কুমশি চহীদা পাঙথোকচরিবা নাৎকী লীক্লম খোঙ্গুল লীবগী থৌরম অসিদা নত্তনা মতুংদা পাঙথোরক্কদবা নাৎকা মরী লৈনবা থৌরম কয়াদসু মীয়াম্না শৌগৎপীয়ু অমদি লাইনিং অসিবু মীয়ামদা ময়েক শেংনা খঙহন্নবা হোৎনবদা থৌদাং লৌমিন্নসি হায়খি।

ঙসিগী থৌরম অদুদা মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ওফ কলচরগী রেজিষ্ট্রার লাইশ্রম রাধাকান্ত (সিনিয়র এম সী এস)না অখন্নবা মীথুং ওইখি।

অকোয়বদা মরাং কায়না ফংলিবা

লৌশিং পুক্কে

অশংবা মনা-মশিং অমদি হৈ-রা চাবনা ইম্ম্যুন ফনা লৈহনবা ঙম্মী

ঐখোয়না হকচাং ফনা অমদি তিঞ্জং কায়জংদনা লৈনবা হোৎনবদা ঐখোয়গী ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কন্না লৈহনবা মথৌ তাই। ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কন্না লৈহন্নবগীদমক অখণ্ড-অহৈ অমদি ডোক্তরশিংগা তানদুনা মমল তাঙবা ফূদ সপ্লিমেন্ট কয়া লৈদুনা চানরি। অদুবু শেম্থোক লম্বী ৱাৎপা মীওইশিংদি অতাঙবা চীঞ্জাকশিং লৈদুনা চাবা ঙমদবগী অৱাবা কয়া মায়োক্নরি। অদুবু ঐখোয়না ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কনখৎহন্নবা হোৎনবদা মমল য়াম্না তাঙবা দাইটশিং লৈদুনা চাদ্রবসু য়াই। ঐখোয়গী অকোয়বদা লায়না অমদি মমল হোঙনা ফংবা মনা মশিং অমদি হৈ-রা চাবনা ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কনখৎহনবা য়াই হায়না থিজিল্লোয় কয়ানা ফোঙদোক্লরকপা লৈরে। অমরোমদা ঐখোয় ইশানদি খঙজদবা অদুবু ঐখোয়না নুমিৎ খুদিংগী চানরিবা চিঞ্জাকশিংদা ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কনখৎহনবা ঙম্বা কয়া য়াওরি। মমল হোঙনা অমদি ঐখোয়গী অকোয়বদা মরাং কায়না ফংবা ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কন্না লৈহনবদা মতেং ওইবা চীঞ্জাকশিং অদুগী মতাংদা খঙমিন্নসি।

১) চনম - চনম হায়রিবা মরোই-মপাঙ মখল অসি ঐখোয়না নুমিৎ খুদিংগী চানরিবা অমনি। অদুবু মসিনা পীরিবা কান্নবশিং অদুগী মতাংদদি ঐখোয়না খঙদে অমদি নোংমতা খঙনবসু হোৎনরুদে। ঐখোয়না খঙলিবা হায়ববু চনম চাবনা হকচাংদা কান্নবা পী হায়বসিখক্তনি। অদুবু পীরিবা কান্নবা অসি করিনো হায়বসু খঙদে। চনমদা ইম্ম্যুন বুষ্ট তৌবা ঙম্বা সলফরগী চাং অসি য়াম্না য়াওই। ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌরগা চনম চাবনা লায়না তিননা কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙমহল্লি হায়বগী থাজনবসু লৈরি। চনম চাং নাইনা চাবনা অর্টেরিশিং ফুঞ্জিল্লকপা থিংবা ঙম্মী অমদি ব্লদ প্রেসর নেম্বা মীওইশিংদসু কান্নবা পী হায়রি। অদুম ওইনমক ব্লদ প্রেসর নেম্বা মীওইশিংনা চনম চাবদা কান্নবা পী হায়বগী মতাংদা অখণ্ড-অহৈশিংনা চপ চাবা খুদমগা কোন্ননা হায়বদি লৈত্রি।

২) ব্রোকোলি - ব্রোকোলি চাবনা হকচাংগী ইম্ম্যুন মপাঙ্গল কনখৎনা লৈহনবদা চাউনা মতেং পাংই। মরমদি ব্রোকোলিদা মিনরেলশিং মরাং কায়না য়াওই। মসিদা য়াওরিবা ভিটামিনশিংদি ভিটামনি এ, ভিটামিন সী অমসুং ভিটামিন ঈনি। মসিগী মথক্তা ফাইবর অমদি এন্টিওক্সিদেন্টসু য়াওই। ঐখোয়না চানরিবা খ্বাইদগী ফবা অমদি হকচাংদা কান্নবা পীবা অশংবা মনা-মশিংগী মনুংদা ব্রোকোলিসু অমনি। ব্রোকোলি থোংবা নৎত্রগা ঙৌবা মতমদা য়াম্না মুন্না থোংবা অমদি ঙৌরোইদবনি। অমরোমদা ব্রোকোলি থোংদুনা নৎত্রগা ঙৌদুনা চাবগী মহুত্তা ষ্টিম তৌবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ হায়রি।

৩) শিং - মালেমগী মীওই অয়াম্বা শিং অসি পাম্না চানৈ হায়না লৌবা য়াই। ঐখোয়গী লমদম অসিদসু শিং অসি য়াম্না কম্মন ওইনা শিজিন্নবা মরোই মপাংশিংগী মনুংদা অমনি। শা-ঙা থোংবা অমদি কাংশোই থোংবদা শিং অসি হাপ্লে। শিং অসি মরাং কায়না ফংই অমদি মমলসু হোঙই। অদুবু ঐখোয়না নুমিৎ খুদিংগী চারিবা শিংনা পীবা কান্নবশিংগী মতাংদা ঐখোয় খঙমিন্নসি। শিং চাবনা ইনফ্লেমেসন হন্থহনবা ঙম্মী অমদি ইনফ্লেমেসনগা মরী লৈনবা অনাবশিং কন্ট্রোল তৌবা ঙম্মী। খৌনাউ নুংঙাইহল্লি অমদি ওনিংবা অমসুং কোক ঙাওবসু ফহনবা ঙম্মী হায়না থিজিল্লোয়শিংনা ফোঙদোক্লরি। মসিগী মথক্তা মতম কুইনা নাদুনা লাক্লবা অনাবশিংগী চৈনা অমদি কোলেষ্টেরোল হন্থহনবদসু মতেং পাংই হায়রি। মথক্তা পনথ্রিবা চীঞ্জাক মখল অহুম অসি চাং নাইনা চারবদি ঐখোয়না হকচাংগী ইম্ম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কন্না লৈহনবদা চাউনা মতেং পাংগনি। মসি মতম চংনা থিগদবা নত্তে। ঐখোয়গী অকোয়বদা মরাং কায়না ফংবা ঙাক্তনি। অদুবু চাবা মতমদা চাং অমদা চাগদবনি। হেঞ্জিন্না চাবনা হকচাংদা কান্নবা পীবগী মহুত্তা অমাঙবা ওইহল্লকপসু য়াই। অমরোমদা হায়রিবশিং অসি নত্তবা ঐখোয়গী য়ুম ইথোংলদা মরাং কায়না হৌবা অমদি কৈথেলদা লায়না ফংবা চীঞ্জাক কয়াসু লৈরি। মমিং ওইনা খরদং পল্লবদা পালংশাক, গ্রিন টি, য়াইঙং, নুমিৎ লৈ মরূ, অৱাথবি, চম্প্রা অমদি কোমলা চাং নাইনা চাবসু কান্নবা য়াম্না পী। মসি নত্তবা ঐখোয়গী অকোয়বদা য়াম্না লায়না অমদি হোঙনা ফংবা কয়া অমসু লৈরি। মখোয় অদুগী মতাংদা অমুক ঐখোয় খঙমিন্নরসি।

১) য়াইঙং - মালেমগী ওইনা য়াইঙং অসি য়াম্না কম্মন ওইনা শিজিন্নরিবা মখল অমনি। ঐখোয়না মরুওইনা য়াইঙংদগী শেমদোক্লবা মচু অসি য়াম্না শিজিন্নৈ। অহাওবা মখলগী এঞ্জাং থোংবা অমদি মদুবু মশক ফজহন্নবা হোৎনবদা ঐখোয়না য়াইঙং অশুবা মচু হায়রগা খঙনরিবা অসি শিজিন্নরি। অদুবু মচুনা ঐখোয়দা করি কান্নবা পীরিবগে হায়বদুদি নোংমতা নৈনরুবা তৌদে। খঙসু খঙদে। অদুবু ঐখোয়না চানরিবা চিঞ্জাকশিংগী মচল অমা ওইরিবা মচু অসি চহী কয়াগী মমাংদগী ওষ্টিও অরথ্রাইটিস অমসুং র‍্যুমাটোইদ অরথ্রাইটিস লায়েংবদা শিজিন্নদুনা লাক্লি। য়াইঙংদা কর্ক্যুমিন কৌবা মচাক অমা য়াওরি। মসিনা য়াইঙংগী তোঙানবা মচু অমা লৈহনবগা লোয়নননা মসলগী মপাঙ্গল শোন্থহল্লকপদগী ঙাকথোকপসু ঙম্মী। শম্না হায়রবদা য়াইঙং অসি য়াম্না ফবা ইম্ম্যুন বুষ্টর অমনি লোয়নননা এন্টিভাইরেলসু ওই।

২) গ্রিন টি - গ্রিন টি থকপনা হকচাংদা কান্নবা পী হায়বগী মতাংদি খুদিংমক্না খঙই। অদুবু মসিনা করি করিদা কান্নবা পীরিবগে হায়বদুদি ঐখোয়না কা হেন্না নৈনরুদে। গ্রিন অমসুং ব্লেক টি অনীমক্তা ফ্লেভোনোইদস হায়না খঙনবা এন্টিওক্সিদেন্ট মখল অমা য়াওরি। অদুবু গ্রিন টিদনা অহেনবা ঈ জি সী জি হায়না খঙনবা এন্টিওক্সিদেন্ট অমসু য়াওই। মসিদা য়াওরিবা ঈ জি সী জি হায়না খঙনবা এন্টিওক্সিদেন্ট মখল অসি হকচাংগী ইম্ম্যুন মপাঙ্গল য়াম্না কন্না লৈহনবদা চাউনা মতেং পাংই হায়বসি থিজিনবদগী খঙবা ঙম্লে। ব্লেক টি শেম্নবা হোৎনরকপা মতমদা ফর্মেন্টেসন প্রোসেস অমা চঙই। অদুবু হায়রিবা ফর্মেন্টেসন প্রোসেস অসিদা ব্লেক টিদগী ঈ জি সী জিগী শরুক অসি অয়াম্বনা মাঙখি। অদুবু গ্রিন টিগী ওইনা ফর্মেন্টেসন তৌবগী মহুত্তা ষ্টিম ওইনা তৌবনা ঈ জি সী জি অসি মাঙহন্দনা লৈহল্লি হায়রি। অমরোমদা গ্রিন টিদা এমিনো এসিদ এল-থিয়ানাইনসু য়াওই। মসিনা মরম ওইরগাঐখোয়গী হকচাংগী টিস্যু সেলশিংদা জর্ম ফাইট তৌবা ঙম্বা কম্পাউন্দশিংসু পুথোকই হায়রি।

৩) অৱাথবী - অৱাথবী পাম্বী অসি ঐখোয়গী অকোয়বদা মরাং কায়না হৌবা পাম্বী মখল অমনি। ঐখোয়না অৱাথবী অমুনবা অমদি অশংবা অনীমক চাই। ঐখোয়না চানরিবা অৱাথবীদা ঐখোয়গী হকচাংনা য়াম্না মথৌ তাবা ভিটামনি সীগী চাং অসি ৱাংনা য়াওই। মসিগী মথক্তা চাবা তুমহনবা ঙম্বা পপাইন হায়না খঙনবা এনজাইম মখল অমসু য়াওরি। মসিদা নত্তনা অৱাথবীদা পোটাসিয়ম, মেগ্নেসিয়ম অমদি ফোলেটকী চাংসু মরাং কায়না য়াওই। মরম অদুনা নোংমগী অৱাথবী মশুং অমা চাং নাইনা চাবা ঙম্লবদি য়াম্না কান্নবা হায়বদু ওইগনি।

৪) পালংশাক - পালংশাক অসি ভিটামিন সী খ্বাইদগী হেন্না ৱাংনা য়াওবা মনা-মশিংগী মনুংদা অমনি। পালংশাক চাবা হকচাং ফৈ হায়বসি ঐখোয়না অঙাং ওইরিঙৈদগী তাদুনা লাক্লবা অমনি। পালংশাকতা এন্টিওক্সিদেন্টশিং অমদি বেতা কেরোতিন য়াওই। মসিনা ইনফেক্সন মায়োক্নবা ঙম্বতা নত্তনা ইম্ম্যুনগী মপাঙ্গলসু কনখৎহল্লি। ব্রোকোলিগা চপ মান্ননা পালংশাক থোংবা মতমদসু কা হেন্না মুন্না থোংলোইদবনি। নৎত্রবদি মসিদা য়াওরিবা কান্নরবা মচলশিং অদু মাঙখিগনি।

আর্টিকেল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

এ আর, বি এস এফ, এম আর, মণিপুর পুলিসনা ঙাক্তুনা লৌ য়ৈহনখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস) :
অসাম রাইফলস, বি এস এফ, মণিপুর রাইফলস অমদি মণিপুর পুলিসনা অকনবা মওংদা ঙাক শেন দুনা ইম্ফাল ইষ্টকী মনুং চন্না লৈবা লিতানপোকপীগী লৌফমশিং ঙসি লৌ য়ৈনখ্রে। চহী অসিগী লৌরোক্কী মহয় চাবা ফংগদবগী মমি উবদা খুঞ্জাশিং হরাওনরে হায়না লিতানপোকপীগী খুঞ্জাশিংনা ফোঙদোরক্লি।

হৌখিবা মে ৩দগী কুকি খূৎলায় পায়বশিংনা মীতৈ খুলশিংদা য়ুম মৈ থাবা, লন-থুম মাঙ-তাকহনবা হৌরকখিবা অদুদা কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্ট অমদি ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকা লোন্নবা সগোলমাং পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চনবদা লৈরিবা দোলাইথাবী দাম মনাক্কী লৈকিন্থবীদসু খুঞ্জাশিং থৱায় হিংননবা লাঞ্জেন্নরকখিবনি।

১৮শুবা অসাম রাইফলস, ৩৭ অমদি ৩৮ শুবা বোর্দর সিক্যুরিটি ফোর্স, ৬শুবা মণিপুর রাইফলস, মণিপুর পুলিসকী সগোলমাং পুলিস ষ্টেসন অমদি লিতানপোকপী পুলিস আউট পোষ্টকী পর্সনেলশিংনা পুন্না হোৎনবদগী মফম অদুদা তংদু লৈতাবা হঞ্জিল্লক্তুনা লাঞ্জেন্নরুরবা কয়া ময়ূমদা হঞ্জিন্নরকপা ঙমখিবনি হায়রি।

চহী অসিগী লৌরোক পাম্থা মতম য়ৌশিল্লকপদা অমুক হন্না কুকি খূৎলায় পায়বশিংনা লান্দারক্কদ্রা হায়বগী মীপাই-থবাইরুরবা লৌমীশিং কুমশি চহীগী লৌ য়ৈদুনা ফৌ লোকপা লোইরকপদা মীয়ামগী অপেনবা ওইখি। খুল অসিগী লৌফমশিং লৌ উবা য়াগদ্রা য়ারোইদ্রা হায়বগী চিংনবা লৈরম্বদু কম্বাইন্দ সিক্যুরিটি ফোর্সশিংনা চেকশিন্না শেন্নবীবদগী লৌ পানবা ঙমখিবনি। হৌজিক লৌ খাউবা অমদি য়ৈবা ফাওবদা সিক্যুরিটিশিংনা ঙাকপী শেনবীখিবা অমদি মণিপুরী ফিল্ম ষ্টার আর কে কাইকুসু লৌ লোকপদা শরুক য়াখিবগীদমক খুঞ্জাশিংনা থাগৎনখি।

চন্দ্রকুমারদা ইন্টরনেসনল এৱার্দ পীখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচএনএস) :
সাহিত্য থৌপাংলূপ (সাথৌ লূপ) না চহী ২০ মপুং ফারকপগা লোয়ননা চহী ১ চুপ্না চথুগদবা থৌরম পরেংগী মনুং চন্না থা অসিগী ২৫দা থিয়াম লৈরিকমচা ইন্টরনেসনল এৱার্দ ২০২৩ পীবগী থৌরম অমা মণিপুর প্রেস ক্লবতা পাঙথোকখ্রে হায়না সাথৌ লূপকী সেক্রেটরি এম উত্তমকুমারনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

কুমশি চহীগী ওইনা এৱার্দ অসি ম্যান্মারগী মন্দলেদা লৈবা ফুরাইলাৎপম চন্দ্রকুমার শর্ম্মদা খূৎশিন্নখি। এৱার্দ অসিদা শেল ওইনা লুপা লীশিং ১০, সাইটেসন অমা অমসুং লেংয়ান ফি অমা য়াওরি। এৱার্দ য়েন্থোকপগী থৌরম অদুদা মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ওফ কলচরগী ভি সী প্রোফেসর পাউনম গুনিন্দ্রোনা অথোইবা মীথুং অমসুং ইন্দো-জপান ফ্রেন্দশিপ এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট ফুরাইলাৎপম নন্দকুমার শর্ম্মনা থৌরম মপু ওইখি।

চহী অমা চুপ্না চথুগদবা ২০শুবা সাথৌ লূপকী ফাউন্দেসন দে হৌদোকপা ওইনা অথোইবা মীথুংনা মৈরা চুখৎপগা লোয়ননা থৌরম অসি হৌদোক্লে হায়না লাউথোকখি। থৌরম অদুদা চহী ২০ অসিগী মনুংদা সাথৌ লূপনা পাঙথোকখিবা অমসুং পাঙথোক্কদবা থবক থৌরমশিংগী মতাংদা সাথৌ লূপকী প্রসিদেন্ট তোংব্রম অমর্জিৎনা ফোঙদোকখি। চহী অমা চুপ্না চথুগদবা থৌরমসিদা মণিপুরগী মপান অসাম, ত্রিপুরা, ৱেষ্ট বেঙ্গলনচিংবদসু তোঙান-তোঙানবা থৌরম কয়া পাঙথোক্কনি হায়খি।

লাঞ্জেন্নরকপশিং য়াওনা ইমোইনু ব্রিক ফার্মগী শিন্মীশিংদা শেল, কম্বল খূৎশিন্নখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস) :
লমদমসিদা হৌজিক থোক্লিবা ঈরাং অসিনা মরম ওইদুনা লাঞ্জেন্নরকপদগী রিলিফ কেম্পতা লৈরিবশিং য়াওনা বিষ্ণুপুরগী ইমোইনু ব্রিক ফার্মদা থবক শুরিবা শিন্মীশিংদা কোংখাম জেমোন ফাউন্দেসন্না শেল অমসুং কম্বলশিং খূৎশিন্নখ্রে হায়রি।

ফাউন্দেসন অসিগী ফাউন্দর অমসুং সোসল ৱার্কর কোংখাম মংলেম অমদি মহাক্কী ইমুং-মনুংনা ব্রিক ফার্ম অসিগী শিন্মীশিংদা নীংথমগী অঙৈংবদগী খরদং ওইরবসু ঙাকথোক্লবা তেংবাঙ পোৎলমশিং অসি খূৎশিন্নখিবনি। তেংবাঙ পীবগী থৌরম অদুগা মরী লৈননা হৌজিক থোক্লিবা ঈরাং অসিদা মণিপুরগী অপূনবা শক্তম অমসুং ঙমখৈ কন্নবা হোৎনবদা থৱায়না পোন্থা পীখ্রবা মীতৈ অথৌবশিংগী ফোটোদা মৈরা অমসুং হৈকৎ-লৈকৎ তম্বগা লোয়ননা মিনট অনীসু তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা ইমোইনু ব্রিক ফার্মগী প্রোপ্রাইটর, সোসল ৱার্কর কোংখাম মংলেমনা হায়খিবদা, হৌখিবা মে ৩দগী হৌজিক ফাওবা চথুরিবা ঈরাং অসিনা মরম ওইদুনা কুকি খূৎলায় পায়বশিংনা ময়ূম-মকৈ তুম্না মৈ থাদোকপীখিবদগী লাঞ্জেন্নরক্তুনা রিলিফ কেম্পতা লৈরিবশিংদা চান-থক্লবা অমদি অতৈ হিংবদা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলমশিং মীয়াম্না অঙম-অঙম্বা তেংবাঙবা মথৌ তাই। মণিপুরগী অপূনবা শক্তম অমদি ঙমখৈদা শীংনরক্লিবশিং ঐখোয় পুন্না থেংনমিন্নদুনা ইরমদম অসিবু কন্নবা হোৎনমিন্নসি হায়খি।

থৌরম অদুদা নাচৌ জিলা পরিষদকী মেম্বর থিয়াম দিলিপ মৈতৈনা হায়খিবদা, মণিপুরদা হৌজিক থোক্লিবা ঈরাং অসিনা শোকহল্লবা, ঈরাংগী চৈথেং নংলবা অৱা-অনা তারবা লমদমসিগী ইচিল-ইনাওশিংদা ঐখোয় পুন্না মতেং পাঙমিন্নসি। মণিপুরগী অপূনবগী শক্তম ঙাক্লবা হোৎনবদা ঐখোয় খূদিংমক্কী থৌদাং লৈ হায়না মখা তানা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা কাইবা ক্লব বিষ্ণুপুরগী সেক্রেটরি নাওরেম গ্লেসিয়রনচিংবা কয়াসু শরুক য়াখি।

[illegible]

[illegible]

কলচরেল ফোরমনা ষ্টদি সার্কল পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচএনএস) :
থা অসিগী ২৬, নোংমাইজিং নুমীৎকী নুমীৎয়ুংবা মতুং পুংখায় চৎপদ কলচরেল ফোরম মণিপুরনা শীন্দুনা জৱাহরলাল নেহরু মণিপুর দান্স একাদেমী ইম্ফালগী ওদিটোরিয়মদা লৈখিদ্রবা প্রোফেসর নিংথৌখোংজম তোম্বী সিংহ এক্স-এম পিগী পূন্সিদা য়ুম্ফম ওইবা ষ্টদি সার্কলগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে হায়না কলচরেল ফোরমগী সেক্রেটরি ডা. নাওরেম অহঞ্জাও মীতৈনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ষ্টদি সার্কল অদু হৌদোকপগী থৌরমদা জে এন এম দি এগী দিরেক্তর পুখ্রম্বম বিলাশনা অথোইবা লেংবীরকপা, প্রোফেসর কোইজম শান্তিবালা প্রসিদেন্ট কলচরেল ফোরম মণিপুরনা থৌরম মপু ওইখি।

কলচরেল ফোরমগী হান্নগী প্রসিদেন্ট প্রোফেসর হুইরেম বিহারীনা প্রিসাইদ তৌখিবা ষ্টদি সার্কল অদুদা প্রোফেসর তোইজম তম্ফা, গুরু লৈমপোকপম লাকপতি অমসুং লৈহাওথাবম শরতচন্দ্রনা প্রোফেসর নিংথৌজম তোম্বী সিংহ এক্স-এম পিনা পাঙথোক্লম্বা থবক থৌরমশিংগী মতাংদা ৱা ঙাংখি হায়রি।

লম্বী শেংদোকখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস) :
চহী খূদিংগী লৌরোক পান্থানা লাকপদা লৌবুক্তা লৌ য়ৈরুরগা কারকপা মেছিনগী চাকাদা পক্লকপা লৈখোমশিংনা লম্বী-লমজাও মোৎহনবদা নত্তনা অচৎ-অওক্তা খুদোংচাদবা কয়া তত্তনা থোকহল্লক্লি। খুদোংচাদবশিং অসিদগী কঞ্জনবগীদমক লমদিং এদ্যুকেটেদ ৱেলফেয়র এসোসিএসন (লেৱা)না লম্বী-লমজাওদা তারম্বা লৈখোম, লৈতুমনচিংবা শিৎ-শেংবগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে হায়না লেৱাগী প্রসিদেন্ট এস জোতিননা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

অসিগুম্বা থৌরম অসি লমদমসিগী লৈকায়-লৈকায়দা লৈরিবা ক্লবশিংনসু পাঙথোকপীনবা আপীল তৌরক্লি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৯।১১।২০২৩ ইং, য়ুমশকৈশা; নুংথিল পুং ১.৫৯ ফাওবা হিয়াঙ্গৈগী ১৭ নি পাল্লি, মতুংদি ১৮নি পাল্লনি।

মেষ: য়েক্লবনা হুন্দুনা ঙাংগনি, ৱাঙাং অমদি পোরম শীনবা হৈয়ু। অরিবা থৌরমদদি মায় পাক্কনি, পল্লম্বা লনসু ফংবা য়াবা লৈরে।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংলোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

বৃষ: মীৱা হেন্না থাজবা অমদি অনম তানবদং তৌগনু, অতৈদি ঙম্না মায় পাক্কনি। অফবা মফম ফংবগী নুংঙাইজবা, লন চঙবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংগী- মায় পাকচগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মিথুন: মীয়াম পুল্লগা নুংঙাইজবা, মীকোক থোংনা থৌ পাঙবা য়াগনি। লন চাউনা তানশিনবা ঙমজগনি, চরাঙনদুনা মতম মাঙহল্লনু।
লৈশা পাখংগী- মীচঙ লৈ, নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

কর্কট: খূৎচাউ থাবা মতাং চাগনি, হকচাং নুংঙাইরমদ্রসু নুংঙাইরনি, অনৌবা থৌরমদনা হেন্না চাওখৎকনি। নোল্লক্লদি চৎপা ফৈ।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

সিংহ: লৌশিংনা পাঙ্গলনি অমদি লান্দবনা নথক থোংবনা থোইনা চানবীগনি। নক্লবা অমদি পামজবা মীগী মতেং শোয়দনা ফংজগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা

কন্যা: মীয়াম্না থাগৎপীবা, লাই-গুরুনা চানবীবা, নাইতোম অরুবা থবক থৌরমসু লায়না পাঙবা ঙমজবা লৈ। হুরানবদগীদি চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

তুলা: পূক্লিং ফাথনা অশাওবা লৈরসু লাকশিন্নবা হোৎনৌ। অনম তানবা, চরাঙনবা তৌগনু। মীয়াম পুনবদা কান্নফম লৈতে।
লৈশা পাখংগী- নীংবনা অমা ওইগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃশ্চিক: পোরম শীনবা অমদি ৱা ঙাংবা হৈত্রদি নচাক নরলদা তায়নগনি। অফবা অমদি অচুম্বা উপায়না মাঙওইনৌ মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবা ফংজগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

ধনু: চিংনগনু মায় পাকপা, শেন্দোং য়াম্না লৈবা, নচা-ননাই অমদি মীয়ামগী মতেং ফংজগনি। কোক শাবা য়াবা থবক অমদি লৈরি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মকর: মীয়ামগা মরী ফগৎপা, নচা-ননাই চাওখৎকনি, ইচঙ থৌবা নচাক-নরল হেন্না কান্নগনি। লম চৎপা, মীৱা লৌবদি চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কুম্ভ: নীংহন্নদনা অমদি থৌনা ফুদোক্লা থৌ পাঙবা কান্নগনি। পোরম শীন্দোকপা হৈগনি, অরং-অরাক ফংবগুম নুংঙাইবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

মীন: নীংজবা থুংবা, অঙম অথৌনা চানবীবা, অচুম্বনা মাঙওইনবনা লন চাওখৎপা হেনগনি। শকখঙদবা/হুরানবদৈদি চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

[illegible]
M/S BEE BRICK FIELD
Wangjing Sabal Checkon Leikai
Near, Khongjom War Memorial
GSTIN - 14CMPYS1064C2ZU

Class	Rate	No. Of Bricks	Amount
1st Class	13.80	1,500	20,700
		2,000	27,600
2nd Class	12.70	1,500	19,050
		2,000	24,400
1st Reject	12.00	1,500	18,000
		2,000	24,000
Jhamat	11.00	1,500	16,500
		2,000	22,000
P.T	11.00	1,500	16,500
		2,000	22,000
3rd Class	5.80	1,500	8,700
		2,000	11,600
Checktek 1 Load 407 Cantor			4,800

Please Cont.:9612725842/7005134130
HL-P/8489/17 to 1 Dec.

[illegible]
LILY SANA COACHING INSTITUTE
WANGKHEI NINGTHEM PUKHRI MAPAL, NEAR ANDRO PARKING, IMPHAL-EAST, MANIPUR - 795005
ADMISSION OPEN (CBSE &BOSEM)
CLASSES – VIII, IX & X
Limited Seat !
SUBJECTS OFFERED :
- CLASS VIII : ALL SUBJECTS INCLUDING HINDI
- CLASS IX : ALL SUBJECTS INCLUDING HIGHER MATHS & HOME SCIENCE
- CLASS X : ALL SUBJECTS INCLUDING HIGHER MATHS & HOME SCIENCE

FACILITIES OFFERED:
- STUDY MATERIALS
- VAN SERVICES
- REGULAR TEST
- WELL TRAINED TEACHING STAFFS

FEES STRUCTURES :
- CLASS VIII : Rs. 8000
- CLASS IX : Rs. 13000
- CLASS X : Rs. 13000

➢ Date of issue of form : 23rd November, 2023
➢ Commencement of Session : 2nd Week of Dec, 2023
For further details please contact at 8826364911/8731911882
HL-P/8644/23 to 29 Nov.